క్లుప్తంగా

ఐటీఐలో ప్రవేశానికి దరఖాస్తు చేసుకోండి

గుడివాడటౌన్: ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు ఐటీఐ కోర్సులలో ప్రవేశానికి దరఖాస్తు చేసుకోవాలి అని గుడివాడ బీకేఆర్ ప్రభుత్వ ఐటీఐ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ గౌరీ మణి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 10వ తరగతి పాసైన, ఎనిమిదో తరగతి పాసైన అభ్యర్థులకు వివిధ కోర్సుల్లో ఇక్కడ శిక్షణ ఇవ్వనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఆసక్తిగల అభ్యర్థులు ఆన్లైన్ ద్వారా జూన్ 10వ తేదీలోగా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. పూర్తి వివరాలకు జిల్లా కన్వీనర్ కార్యాలయం గుడివాడ (కేబీఆర్ ఐటీఐ కాలేజ్) 08674–295953, 85559 52320ను సంప్రదించాలని కోరారు.

పొగాకు వాడకం హానికరం

గుడివాడ టౌన్: పొగాకు ఉత్పత్తుల్లో ఏది అయినా మనిషికి ప్రమాదకరమైన అని గుడివాడ ప్రభుత్వ ఏరియా ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ ఎస్ ఇంద్రాదేవి అన్నారు. ఆస్పత్రిలో శుక్రవారం నో టుబాకో డే నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. సదస్సులో ఆమె మాట్లాడుతూ పొగాకు ఉత్పత్తులు మత్తు కల్పిస్తున్నప్పటికీ అవి జీవితాన్ని సర్వనాశనం చేస్తాయన్నారు. చుట్ట, బీడీ, సిగరెట్, గుట్కా, పాన్ పరాక్ వంటివి ఈ పొగాకు ఉత్పత్తులు ఏదైనా మనిషి జీవితాన్ని పతనం చేసేవే అన్నారు. కావున ప్రజలు పొగాకు ఉత్పత్తులకు దూరంగా ఉండాలన్నారు. సాధ్యమైనంత వరకు వీటి వలన కలిగే రోగాలను ప్రజలకు వివరించి వారిలో అవగాహన కల్పించాలన్నారు.

మట్టి అక్రమ రవాణాను అడ్డుకున్న అధికారులు

పామర్రు: మండల పరిధిలో జరుగుతున్న మట్టి అక్రమ రవాణాను రెవెన్యూ శాఖ అధికారులు అడ్డుకున్నారు. మండలంలోని జుఝవరం గ్రామ పరిధిలో గురువారం అర్ధరాత్రి సమయంలో యథేచ్ఛగా అక్రమంగా జరుగుతున్న మట్టి రవాణాకు సంబంధించిన సమాచారం మేరకు మూడు మట్టి ట్రాక్టర్లను రెవెన్యూ అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. వీటిని స్థానిక తహసీల్దార్ కార్యాలయానికి తరలించారు. ఎన్నికల నిబంధనల అమల్లో ఉన్న దృష్ట్యా ఈ అక్రమ రవాణాపై ఉక్కుపాదం మోపినట్లు విశ్వసనీయ సమాచారం. అదుపులోకి తీసుకున్న మట్టి ట్రాక్టర్ ఒక్కొక్కదానికి రూ.5 వేల అపరాధ రుసుం విధించినట్లు తహసీల్దార్ శ్రీ పల్లవి తెలిపారు.

వృద్ధులకు అన్నసమారాధన



పామర్రు: స్థానిక వాసవీ శరణాలయంలోని వృద్ధులకు దాతలు శుక్రవారం అన్నసమారాధన నిర్వహించారు. పమిడిముక్కల మండలం మంటాడ గ్రామానికి చెందిన సామాజిక సంఘ సేవకుడు ఉమ్మిడిశెట్టి గిరిబాబు 12వ వర్ధంతిని పురస్కరించుకుని కుటుంబ సభ్యుల వితరణతో శరణాలయంలోని వృద్ధులకు నూతన వస్త్రాలను అందించి, అనంతరం అన్నదానం చేశారు. కార్యక్రమంలో మానవత ప్రతినిధులు ఉమ్మిడిశెట్టి శ్రీలక్ష్మీ, ప్రవళిక, చందన, తులసి, సోమవరపు రామారావు, టీ శ్రీనివాసు,ప్రసాద్, ఘంటసాల భరతుడు, ఎం.సుబ్బారావు, నాంచారయ్య పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థినికి సత్కారం



పామర్రు: పదో తరగతిలో అత్యుత్తమ ఫలితాలు సాధించి, మండల స్థాయిలో ప్రథమ స్థానం సాధించిన విద్యార్థినిని శుక్రవారం పామర్రు ఘంటసాల కళాపీఠం అధ్యక్షుడు కాటూరి వెంకట మురళీకృష్ణ సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ స్థానిక యలమర్రు రోడ్డులో ఉన్న ఏఎస్ఎం హైస్కూల్ విద్యార్థిని జ్యోత్స్న పదో తరగతిలో 583 మార్కుల సాధించి మండలంలో ప్రథమ స్థానం సాధించిన నేపథ్యంలో జ్యోత్స్న సత్కరించామని తెలిపారు. అనంతరం హైస్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ ఏ పూర్ణచంద్రారెడ్డి విజేత అయిన విద్యార్థినికి రూ.25,558 నగదు పురస్కారాన్ని అందజేశారు. కళాపీఠం అధ్యక్షుడు ప్రిన్సిపాల్, విద్యార్థినిని సత్కరించారు.

అపరిచిత వ్యక్తులపై నిఘా

ముదినేపల్లి రూరల్: మండలంలోని ప్రధాన గ్రామాల్లో అపరిచిత వ్యక్తుల కదలికలపై నిఘా ఏర్పాటు చేసినట్లు కైకలూరు రూరల్ సీఐ బి కృష్ణకుమార్, ఎస్సై డి.వెంకటకుమార్ అన్నారు. మండలంలోని సింగరాయపాలెం సెంటర్లో ఎన్నికల కౌంటింగ్ ప్రక్రియకు సంబంధించి ముందు జాగ్రత్త చర్యగా శుక్రవారం వాహనాల తనిఖీ చేపట్టారు.

కౌంటింగ్ రోజున గొడవలకు పాల్పడితే రౌడీషీట్లు

కైకలూరు: సార్వత్రిక ఎన్నికల కౌంటింగ్ సందర్భంగా గ్రామాల్లో గొడవలకు పాల్పడే వారిపై రౌడీ షీట్లు తెరుస్తామని కైకలూరు రూరల్ సర్కిల్ సీఐ బి.కృష్ణకుమార్ చెప్పారు. భుజబలపట్నం గ్రామంలో ప్రజలతో సమావేశం శుక్రవారం నిర్వహించారు. సీఐ మాట్లాడుతూ జయాపజయాలు సహజమని, ఎవరు గెలిచినా ప్రజలు ఘర్షణ వాతావరణాన్ని విడవాలన్నారు. గ్రామాల్లో రెచ్చగొట్టే నాయకులపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

ఓట్ల లెక్కింపునకు కౌంట్‌డౌన్ ప్రారంభం

సార్వత్రిక ఎన్నికల ఓట్ల లెక్కింపునకు కౌంట్‌డౌన్ ప్రారంభమైంది. గతంలో ఎన్నడూ లేనివిధంగా ఎన్నికల చివరి ఘట్టమైన ఓట్ల లెక్కింపు ఎప్పుడుడెప్పుడా అని ప్రజలు, రాజకీయ పార్టీ నాయకుల్లో తీవ్ర ఉత్కంఠ నెలకొంది. ఎన్నికల ఫలితాలు వైఎస్సార్ సీపీ వైపే ఏకపక్షంగా ఉంటాయని అనేక మంది చర్చించుకుంటుండగా, పోటాపోటీగా ఉండొచ్చని పలువురు వాదిస్తున్నారు. గుడివాడ నియోజకవర్గంలో ఎక్కడ చూసినా కౌంటింగ్ గురించే మీద చర్చలు జరుగుతున్నాయి.



మచిలీపట్నం కృష్ణాయూనివర్సిటీకి తరలిస్తున్న ఈవీఎంలు(ఫైల్)

మొత్తం 14టేబుల్స్, 17 రౌండ్లలో పూర్తి

గుడివాడరూరల్: సంక్షేమ పథకాలతో మహిళలు అధికంగా ఓటింగ్‌లో పాల్గొన్నారని, ఈ పథకాలే వైఎస్సార్ సీపీని ముందుకు నడిపించి మరోసారి అధికారం వచ్చేలా చేయనున్నాయని రాజకీయ విశ్లేషకులు పేర్కొంటున్నారు. కాగా ఏ అభ్యర్థికి ఎంత మెజార్టీ వస్తుందనే లెక్కలను ఆయా పార్టీల నేతలు ముందుగానే అంచనాలు వేసుకుంటున్నారు. జూన్ 4వ తేదీ మంగళవారం జరిగే కౌంటింగ్ ప్రక్రియ కోసం జిల్లా అధికారులు, నియోజకవర్గ రిటర్నింగ్ అధికారులు ఏర్పాట్లు సిద్ధం చేస్తున్నారు. 2019లో ఎన్నికల పోలింగ్, ఫలితాల మధ్య 41 రోజుల పాటు ఎదురు చూడాల్సి వచ్చింది. ఈ సారి మాత్రం పోలింగ్ జరిగిన 21రోజులకే కౌంటింగ్ నిర్వహించనుండటంతో ప్రజల్లో ఉత్కంఠ గతం కంటే అధికంగా ఉందని పలువురు పేర్కొంటున్నారు. కౌంటింగ్ మరో మూడురోజులు మాత్రమే గడువు ఉంది. వచ్చే మంగళవారం ఉదయం 8 గంటల నుంచి మచిలీపట్నంలోని కృష్ణా యూనివర్సిటీలో ఓట్ల లెక్కింపు జరగనుంది. తొలుత పోస్టల్ బ్యాలెట్ల లెక్కింపు ప్రారంభిస్తారు. కాగా ఒక్కో రౌండ్‌కు కనీసం 20 నిమిషాల నుంచి 30 నిమిషాల పాటు సమయం పడుతుందని, సాయంత్రం నాలు గంటలకు పూర్తి ఫలితం వెలువడుతుందని అధికారులు తెలిపారు.

కౌంటింగ్ ఇలా..

గుడివాడ నియోజకవర్గానికి సంబంధించి మచిలీపట్నంలోని కృష్ణా యూనివర్సిటీ గ్రౌండ్‌ఫ్లోర్‌లోని రూమ్ నంబరు 101 ఎ.రవీంద్రనాథ్‌ఠాగూర్ సెమీనార్ హాల్లో లెక్కింపు నిర్వహించనున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. పోస్టల్ బ్యాలెట్ల కౌంటింగ్ కూడా అదే రూమ్‌లో జరుగుతుందన్నారు. ఈ నెల 13న జరిగిన సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో గుడివాడ నియోజకవర్గంలో 1,68,537మంది ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. పోస్టల్ బ్యాలెట్లకు సంబంధించి ఉద్యోగులు, హోమ్ ఓటింగ్, దివ్యాంగుల ఓట్లు మొత్తం 3,226 పోలయ్యాయి. మొత్తం 230 పోలింగ్ బూత్‌లకు సంబంధించి 14 టేబుళ్లను ఏర్పాటు చేయగా 17రౌండ్లలో ఓట్ల లెక్కింపు పూర్తయ్యేలా అధికారులు ఏర్పాట్లు చేశారు. కాగా ఇప్పటికే కౌంటింగ్ ఏజెంట్లను నియమించుకోవాలని అభ్యర్థులకు సమాచారం ఇచ్చారు. శుక్రవారంతో ఏజెంట్లను నియమించుకుని సంబంధిత జాబితాలను అధికారులకు అందజేయాల్సి ఉంది.

పెదలింగాల నుంచి లెక్కింపు ప్రారంభం

గుడివాడ నియోజకవర్గంలోని నందివాడ మండలం పెదలింగాల గ్రామం నుంచి తొలుత ఈవీఎంల ఓట్లు లెక్కింపు ప్రారంభిస్తారు. మొత్తం 230 పోలింగ్ కేంద్రాలు ఉండగా లెక్కింపునకు 14టేబుళ్ల ద్వారా 17రౌండ్లలో పూర్తి చేయనున్నారు. నందివాడ మండలం పూర్తయిన తర్వాత గుడివాడరూరల్ మండలం, గుడ్లవల్లేరు మండలాల్లోని పోలింగ్‌కేంద్రాల ఈవీఎంల ఓట్ల లెక్కింపు కొనసాగుతుంది. అనంతరం గుడివాడ పట్టణంలోని ఈవీఎంల ఓట్లను అధికారులు లెక్కించి ఫలితాలను వెల్లడిస్తారు.

హనుమాన్ చాలీసా పారాయణం

గుడివాడ టౌన్: స్థానిక బంటుమిల్లి రోడ్‌లోని శ్రీ వీరాంజనేయస్వామి వారి దేవస్థానంలో హనుమాన్ జయంతి మహోత్సవాలను పురస్కరించుకుని శుక్రవారం హనుమాన్ చాలీసా పారాయనం చేశారు. స్వామిని తమలపాకులతో అలంకరించి భక్తులకు దర్శనానికి ఉంచారు. ఈ సందర్భంగా అర్చకులు ఎడవల్లి విజయభాస్కర్ మాట్లాడుతూ స్వామివారి జయంతి వేడుకలు శనివారం అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. గురువారం నుంచి ఆలయంలో అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించామన్నారు. స్వామివారి అర్చనలు అభిషేకాలు జరిగాయని భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో స్వామిని దర్శించుకున్నారని పేర్కొన్నారు.



హనుమాన్ చాలీసా నిర్వహిస్తున్న అర్చకుడు విజయభాస్కర్

నేడు రెడ్డిపాలెంలో హనుమాన్ జయంతి

గుడ్లవల్లేరు: శ్రీ కొండలమ్మ అమ్మవారి దేవస్థాన దత్తత ఆలయం రెడ్డిపాలెం శ్రీ అభయాంజనేయ స్వామివారి సన్నిధిలో శనివారం హనుమాన్ జయంతి వేడుకలను నిర్వహించనున్నట్లు ఆలయ ఈఓ సురేష్ శుక్రవారం తెలిపారు. స్వామికి సహస్ర నామార్చనతో పాటు కల్యాణ వేడుకలను నిర్వహించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు.



అభయాంజనేయ స్వామి

జయంతి ఉత్సవాల ప్రారంభం

ముదినేపల్లి రూరల్: స్థానిక కైకలూరు రోడ్డులోని శ్రీ సువర్చల సమేత శ్రీభక్తాంజనేయస్వామి ఆలయంలో హనుమాన్ జయంతి ఉత్సవాలు శుక్రవారం ప్రారంభమయ్యాయి. ఈ ఉత్సవాలు స్థానిక ఆర్య వైశ్య సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ నెల ఐదో తేదీ వరకు ఉత్సవాలు నిర్వహిస్తామని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఉత్సవాల్లో భాగంగా శుక్రవారం స్వామి వారిని పెండ్లికుమారుడిగా, అమ్మవారిని పెండ్లికుమార్తెగా చేశారు. వీరి దివ్య కల్యాణ మహోత్సవం శనివారం రాత్రి అంగరంగ వైభవంగా జరుగుతుందన్నారు. ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఈ నెల 2న గ్రామంలో రథోత్సవం నిర్వహిస్తామన్నారు. 3న చక్రస్నానం జరుగుతుందని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఉత్సవాలు ముగింపు రోజైన బుధవారం అఖండ అన్నసమారాధన నిర్వహిస్తామని పేర్కొన్నారు.

ఏఓ రాజు సేవలు ప్రశంసనీయం

పమిడిముక్కల: వృత్తిపట్ల అంకితభావంతో పనిచేసి ప్రజల మన్ననలు పొందిన మండల పరిషత్ ఏఓ కేఎస్‌డీ రాజు సేవలు ప్రశంసనీయమని ఎంపీపీ కాసాని వేద సుప్రజ పేర్కొన్నారు. మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం ఎంపీడీఓ సుభాని ఆధ్వర్యంలో ఏఓ రాజు ఉద్యోగవిరమణ సభను నిర్వహించారు. రాజు 30 సంవత్సరాల సర్వీస్‌లో వీడీఓగా, కార్యదర్శిగా 22 సంవత్సరాలు పమిడిముక్కల మండలంలోనే పనిచేయడం, చివరకు ఏఓగా ఇక్కడే పదవీ విరమణ చేయడం సంతోషకరమని ఉద్యోగులు పేర్కొన్నారు. రాజు సేవలను కొనియాడారు. మండలంలో 25 పంచాయతీలు ఉండగా 23 పంచాయితీల్లో పనిచేశానని, ఉద్యోగ నిర్వహణలో తనకు సహకరించిన వారందరికీ రాజు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఏఓ రాజును ఎంపీపీ సుప్రజ, ఎంపీడీఓ సుభానీ, ఈఓఆర్డీ కొండేటి వెంకటేశ్వరరావు, తోట్లవల్లూరు ఎంపీడీఓ సత్యనారాయణ, వైస్ ఎంపీపీలు కొడమంచిలి మహేష్, గంజాల సీతారామయ్య, ఎంతవోలు పద్మారాణి, శ్రీనివాస్ కార్యదర్శులు, సర్పంచ్‌లు, ఎంపీటీసీలు, కార్యాలయ సిబ్బంది ఘనంగా సత్కరించారు.



ఏఓ రాజును సత్కరిస్తున్న ఎంపీపీ సుప్రజ, ఎంపీడీఓ సుభాని తదితరులు

ఉపాధి హామీ పనులతో అధిక దిగుబడులు

మండవల్లి: రైతులకు అధిక దిగుబడులు సాధించేందుకు ఉపాధి హామీ పనులు దోహదం చేస్తున్నాయని ఎంటీపీ ఎన్.నవీన్ పేర్కొన్నారు. మండలంలోని తక్కెళ్లపాడులో రూ.65 వేల ఉపాధి నిధులతో 53 మంది కూలీలు శుక్రవారం పంట కాలువ పనులు చేశారు. ఈ సందర్భంగా నవీన్ మాట్లాడుతూ రైతులతో పాటుగా, కూలీలకు కూడా ఈ పనుల ద్వారా ఎంతో ఆర్థి వెసులుబాటు కలుగుతుందన్నారు. కాలువలు ద్వారా చెరువులకు నీరు చేరుతుండటంతో ప్రజలకు మంచినీరు. పశువులకు తాగునీరు సమృద్ధిగా అందుతున్నాయన్నారు.

ఆహారపదార్థాలు నాణ్యంగా ఉండాలి



ముదినేపల్లి రూరల్: పాఠశాలల్లో జగనన్న గోరుముద్ద ఆహార పదార్థాలు రుచిగా, శుచిగా ఉండాలని ఎంఈఓ కె.నరేష్‌కుమార్ అన్నారు. స్థానిక ఎమ్మార్సీ భవన్‌లో మండలంలోని వంట ఏజెన్సీ నిర్వాహకులకు గోరుముద్దకు సంబంధించి ఆహార పదార్థాలు తయారు చేయడంతో వంటల పోటీలు శుక్రవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు పౌష్టికాహారం అందించాలనే ధ్యేయంతో ప్రభుత్వం మధ్యాహ్న భోజనానికి పలురకాల పదార్థాలు అందజేస్తోందన్నారు. వీటిని శుచిగా, రుచికరంగా వండడంలో ఏజెన్సీల నిర్వాహకులు నైపుణ్యం చూపాలన్నారు. ఈ వంటల పోటీల్లో ప్రతిభ చూపిన నిర్వాహకులను ఎంపిక చేశారు. సింగరాయపాలెం యూపీ స్కూల్‌కు ప్రథమ, గురజ జెడ్పీ హైస్కూల్ నిర్వాహకులకు ద్వితీయ, రాజానగరం ప్రాథమిక పాఠశాల నిర్వాహకులకు తృతీయ బహుమతులు అందజేశారు. కార్యక్రమంలో సీఆర్పీలు విజయదుర్గ, ఆంజనేయులు, సిబ్బంది ఫణికుమార్, రాధిక, రవి పాల్గొన్నారు.

భానుడి భగభగలు

- బెంబేలెత్తుతున్న ప్రజలు
- చిరు జాగ్రత్తలు పాటిస్తే ఇబ్బంది ఉండదంటున్న వైద్యులు

గుడ్లవల్లేరు: మండలంలో నాలుగు రోజులుగా ఎండ వేడిమి అధికమవుతోంది. సూర్యుడు తన ప్రతాపాన్ని రోజురోజుకు ఉగ్రరూపంగా ప్రదర్శిస్తున్నాడు. వాతావరణంలో పెరుగుతున్న వేడిమిని భరించలేక ప్రజలు అల్లాడిపోతున్నారు. గతేడాది కంటే ఈ ఏట ఎండలు అత్యధికంగా ఉంటాయని అధికారులు చెబుతున్నారు. చల్లని పదార్థాలు, శీతల పానీయాలతో ప్రజలు తమ వేసవి తాపం నుంచి ఉపశమనం పొందాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. వడదెబ్బకు గురి కాకుండా తగిన జాగ్రత్తలను తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.



భానుడి ప్రతాపానికి టోపీ, కర్చీఫ్ రక్షణ

తాగునీటిని ఎక్కువగా తాగాలి



ఉదయం 11 గంటల నుంచి సాయంత్రం నాలుగు గంటల వరకు ఇంటిలోనే ఉంటే ఉత్తమం. ఎండలో పని చేయరాదు. తాగునీటిని ఎక్కువగా తాగాలి. ఇంటి నుంచి బయటకు వెళ్లేటపుడు గొడుగులు, టోపీలు, టవల్స్ ఉపయోగించాలి. ఎండ తగలకుండా ముఖానికి కప్పుకోవాలి. సాధ్యమైనంత వరకు నీడలోనే ఉండాలి. ఎక్కువ సేపు ఎండలో ఉంటే వడదెబ్బకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది. వడదెబ్బకు గురైన వారికి చెమటలు పట్టడం, కళ్లు తిరగటం, శరీరం వేడిగా ఉండటం తదితర లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వడదెబ్బకు గురైన వారిని వెంటనే గుర్తించి నీడలోకి తీసుకెళ్లాలి. బట్టలు విప్పి తగిన గాలి తగిలేటట్లు చేయాలి. ఓఆర్ఎస్ పొడిని నీటిలో కలిపి తాగించాలి. చల్లని నీటితో శరీరమంతా తుడవాలి. వెంటనే సమీపంలోని ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్లాలి. ఎండ తీవ్రత ఎక్కువగా ఉండటం వలన వడదెబ్బకు గురైన వారికి ఒక్కొక్కసారి శరీరం వేడెక్కి బీపీ, పల్స్ పడిపోయి, స్పృహ తప్పే ప్రమాదం ఉంది. పిల్లలు, వృద్ధులను మధ్యాహ్న సమయాల్లో ఆరుబయటకు పంపరాదు. పిల్లలకు పండ్ల రసాలు అందించాలి. తాగేనీటిలో ఉప్పు, నిమ్మరసం కలిపి తాగితే శరీరానికి మంచిది. వైద్యులు అందించిన సలహాలు, సూచనలు పాటించాలి.

– డాక్టర్ సుగుణావతి, వైద్యురాలు, ప్రభుత్వ ఏరియా ఆస్పత్రి, గుడివాడ

పుచ్చలో పోషకాలెన్నో..

వేసవిలో విపరీతమైన దాహాన్ని తీర్చే పుచ్చకాయలో పోషకాలు ఎన్నో ఉంటాయి. బి-విటమిను, పొటాషియం అపారం. ఎలక్ట్రోలైట్లు కావాల్సినంత ఉంటాయి. వీటి వలన శక్తితో పాటు శరీరానికి చేసి నిస్తేజాన్ని దూరం చేస్తుంది. శరీరానికి కొత్త శక్తిని తెస్తుంది. 92 శాతం ఆల్కలైన్, నీళ్లతో పాటు పీచు పదార్థం ఉండటంతో మూత్ర పిండాలు, మూత్ర నాళాలు, శరీరానికి ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇది తినటం వలన బలబద్ధకం లేకుండా పోతుంది. కిడ్నీలో రాళ్లు ఉన్నవారికి అవి కరిగేందుకు ఇది ఉపకరిస్తుంది. ఆస్తమా, మధుమేహం, ఆర్థరైటిస్ సమస్యలకు బాగా పని చేయటంతో పాటు సక్రమంగా రక్త ప్రసరణ జరిగేలా చేస్తుంది. పుచ్చకాయ సౌందర్యానికి కూడా దోహదపడుతుంది. 100 గ్రాముల పుచ్చకాయలో 91.45 గ్రాముల నీరు, ఆరు శాతం చక్కెర, 30 కేలరీల శక్తి, 7.6 గ్రాముల పిండి పదార్థాలు, 0.6 గ్రాముల మాంసకృత్తులు, పొటాషియం 12, కాల్షియం ఏడు, సోడియం ఒక మిల్లీగ్రాము వంతున ఉంటుంది.



పుచ్చకాయ దబ్బలు

శాంతి భద్రతలకు విఘాతం కలిగిస్తే చర్యలు

డీఎస్పీ శ్రీకాంత్

గుడివాడరూరల్: గుడివాడ నియోజకవర్గంతో పాటు సబ్ డివిజన్‌లో సార్వత్రిక ఎన్నికల కౌంటింగ్ రోజున శాంతి భద్రతలకు ఎవరైనా విఘాతం కలిగిస్తే చట్టపరంగా కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని డీఎస్పీ పి.శ్రీకాంత్ హెచ్చరించారు. స్థానిక వన్‌టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో సీఐ కె.ఇంద్రశ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో గుడివాడలోని వివిధ రాజకీయ పార్టీల నాయకులతో కౌంటింగ్ రోజున ఎటువంటి గొడవలు జరగకుండా ఉండేందుకు ముందస్తుగా వన్‌టౌన్‌లో శుక్రవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా డీఎస్పీ మాట్లాడుతూ గుడివాడ నియోజకవర్గంతో పాటు, సబ్ డివిజన్‌లోని అన్ని పోలీస్‌స్టేషన్ల అధికారులను ఇప్పటికే అప్రమత్తం చేశామన్నారు. ఈ నెల నాల్గో తేదీన ఎన్నికల ఫలితాలు వెలువడనున్న నేపథ్యంలో అన్ని రాజకీయ పార్టీల నాయకులు సమన్వయంతో ఉండాలన్నారు. ఎటువంటి చట్టవ్యతిరేక చర్యలకు పాల్పడకూడదని సూచించారు. సాధారణ నేరాల్లో ఉండే ఇబ్బందుల కన్నా ఎన్నికల నియమావళి ఉల్లంఘించిన వారిపై చర్యలు కఠినంగా ఉంటాయన్నారు. ప్రతి ఎన్నికల్లో అటువంటి వారిపై ప్రత్యేక దృష్టి ఉంటుందని, వాటిని నాయకులు, కార్యకర్తలు కూడా దృష్టిలో పెట్టుకుని పోలీసులకు సహకరించాలని కోరారు. ఎన్నికల ఫలితాలు వచ్చాక విజయోత్సవ ర్యాలీలు, టపాసులు కాల్చేందుకు కూడా ఎలక్షన్ కమిషనర్ అనుమతులు ఇవ్వలేదని తెలిపారు. సమావేశంలో వన్, టూటౌన్ సీఐలు కె.ఇంద్రశ్రీనివాస్, ఎంవీ దుర్గారావు, వివిధ రాజకీయ పార్టీల నాయకులు పాల్గొన్నారు.



మాట్లాడుతున్న డీఎస్పీ శ్రీకాంత్

ఓట్ల లెక్కింపు విధులకు సిద్ధంగా ఉండాలి

ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారి శ్రీదేవి

పామర్రు: ఈ నెల నాల్గో తేదీన జరిగే ఓట్ల లెక్కింపు విధులకు కేటాయించిన అధికారులు సిద్ధంగా ఉండాలని పామర్రు ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారి బూసి శ్రీదేవి అన్నారు. స్థానిక ఆర్ అండ్‌బీ గెస్ట్ హౌస్‌లో శుక్రవారం నియోజకవర్గ స్థాయి అధికారుల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ ఎన్నికల ఫలితాలు వెలువడిన కొద్ది రోజుల వరకు ఎన్నికల కోడ్ అమలులో ఉంటుందన్నారు. ప్రతి ఒక్క అధికారి ఈ విషయం గ్రహించాలన్నారు. నియోజకవర్గ పరిధిలో ఎన్నికల ఫలితాలపై బెట్టింగ్‌లకు పాల్పడే వారిని గుర్తించే బాధ్యత ఎంసీసీ అధికారులదేనన్నారు. ప్రభుత్వ శాఖకు చెందిన ఎవరైనా బెట్టింగులకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని ఆమె హెచ్చరించారు. గ్రామాల్లో రాజకీయ విభేదాలతో గొడవలు సృష్టించే వారిపై పోలీసు శాఖ ఓ కన్నేసి ఉంచాలన్నారు. సీజనల్ వ్యాధులపై వైద్య ఆరోగ్యశాఖ ప్రజలను అప్రమతం చేస్తూ ప్రజా ఆరోగ్య పరిరక్షణకు తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. అనంతరం స్థానిక ఆర్వో కార్యాలయంలో కౌంటింగ్ ఏజెంట్లకు పాస్‌లను అందజేశారు. కార్యక్రమంలో పామర్రు తహసీల్దార్ శ్రీ పల్లవి పాల్గొన్నారు.



అధికారులతో మాట్లాడుతున్న ఎన్నికల అధికారి శ్రీదేవి

ఘనంగా హీరో కృష్ణ జయంతి వేడుకలు

పామర్రు: సినిమా హీరో కృష్ణ చలన చిత్ర నటునిగా ఉంటూ ఎన్నో సేవా కార్యక్రమాలను నిర్వహించిన సంఘ సంస్కర్త, అభినవ దాన కర్ణుడు అని పామర్రు కళాపరిషత్ అధ్యక్షుడు నూతలపాటి త్రివిక్రమరావు పేర్కొన్నారు. కృష్ణ 81వ జయంతిని పురస్కరించుకుని స్థానిక ఎన్టీఆర్ స్టూడియో వద్ద శుక్రవారం కృష్ణ చిత్ర ఫటానికి పూలమాలవేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సినీ రంగంలో ఎంతో మంది నిర్మాతలకు ఉచితంగా నటించిన ఘనత కృష్ణకే దక్కుతుందన్నారు. కృష్ణకు పామర్రు మండలంతో బంధుత్వం ముడిపడి ఉండటం విశేషమన్నారు. అనంతరం మిఠాయిలను పంపిణీ చేశారు. కార్యక్రమంలో కళాపరిషత్ గౌరవాధ్యక్షుడు పీఎంఎస్ ప్రసాద్, కార్యదర్శి తిరుమలశెట్టి శ్రీనివాసు, డైరెక్టర్లు సోమవరపు రామారావు, మండపాక సుబ్బారావు, ఎన్‌చంటి పాల్గొన్నారు.



కృష్ణ చిత్రపటానికి నివాళులర్పిస్తున్న కళా పరిషత్ అధ్యక్షుడు త్రివిక్రమరావు

‘మూడు రోజుల్లో విజయం మనదే’

కైకలూరు: కేవలం మూడు రోజుల్లో తిరిగి వైఎస్సార్ సీపీ విజయం సాధించబోతోందని అభ్యర్థి దూలం నాగేశ్వరరావు(డీఎన్నార్) ధీమా వ్యక్తం చేశారు. స్థానిక ఏలూరు రోడ్ పార్టీ కార్యాలయం వద్ద నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాల నుంచి వచ్చిన నాయకులు, కార్యకర్తలతో శుక్రవారం సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ నెల నాల్గో తేదీన ఏలూరులో జరిగే కౌంటింగ్ రోజున ఏజెంట్లు అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. డీఎన్నార్‌ను కలిసిన వారిలో కైకలూరు, కలిదిండి ఏఎంసీ చైర్మన్లు చేబోయిన వీర్రాజు, కొల్లాటి సత్యనారాయణ, ముదినేపల్లి ఎంపీపీ సత్యనారాయణ, ముదినేపల్లి మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు ఏసుబాబు, వివిధ గ్రామాల సర్పంచులు పాల్గొన్నారు.



వైఎస్సార్ సీపీ కార్యాలయంలో ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి డీఎన్నార్‌తో నాయకులు

పాస్టర్ల సమావేశం

ముదినేపల్లి రూరల్: స్థానిక హోసన్న విశ్వాస ప్రార్థనా మందిరంలో పాస్టర్ల సమావేశం శుక్రవారం నిర్వహించారు. మందిరం వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు పాస్టర్ ఏజేఎస్ సుధాకర్ ఆధ్వర్యంలో ముంబైకు చెందిన పాస్టర్లు దానియేలు, వినయ్ మ్యాడుస్, జి.ఇమ్మానియేలు పాస్టర్లను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. పలువురు పాస్టర్లకు అభిషేక కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న రాష్ట్ర మాలమహానాడు, అనుబంధ సంఘాల అధ్యక్షుడు సేవా నాగజగన్ బాబురావు పాస్టర్ సుధాకర్‌ను ఏలూరు జిల్లా క్రిస్టియన్ మైనార్టీ సంఘ అధ్యక్షుడిగా నియామక పత్రాన్ని సమావేశంలో అందజేశారు. అదేవిధంగా మండల క్రిస్టియన్ మైనార్టీ సంఘ అధ్యక్షుడిగా బండు ఇమ్మానియేలును నియమించారు.



సమావేశంలో పాల్గొన్న పాస్టర్లు

ట్రిపుల్ ఐటీ సీట్లు సాధించిన విద్యార్థులకు సన్మానం

కైకలూరు: స్థానిక వెలంపేట ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలకు చెందిన మరడాని శివానీ, పందిరిపల్లి శ్యామలాలు పదో తరగతిలో 564, 562 మార్కులు సాధించి ట్రిపుల్ ఐటీలో సీట్లు సాధించారు. వీరికి వెలంపేట స్కూల్ హెచ్ఎం దానం ప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో పాఠశాల వద్ద ఉపాధ్యాయులందరూ కలిసి శుక్రవారం సన్మానించారు. చదువు నిమిత్తం పలువురు ఉపాధ్యాయులు ఇద్దరికి ఆర్థిక సాయం చేశారు. పూర్వ హెచ్ఎం జీవీవీ సత్యనారాయణ, ఉపాధ్యాయులు శ్రీను, సముద్రుడు, జయశ్రీ మణి, రామాంజనేయులు, జయరాం నాయుడు, బి.శిరీష, ఎండీ.అక్బర్ హుస్సేన్ పాల్గొన్నారు.



నేడు విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం

పమిడిముక్కల: మండలంలోని పమిడిముక్కల, కృష్ణాపురం సబ్‌స్టేషన్ల పరిధిలోని గ్రామాలకు శనివారం ఉదయం 6 నుంచి 8 గంటల వరకు విద్యుత్ సరఫరా నిలిపివేస్తున్నట్లు ఏఈ శ్రీనివాసరావు తెలిపారు. విద్యుత్ లైన్ల మరమ్మతుల కారణంగా సరఫరా నిలిపివేస్తున్నామని, వినియోగదారులు సహకరించాలని కోరారు.